

hey



23

**Guetzli frites
backen**

4

**Der Hund –
ein Freund
fürs Leben**



12

**Luca Hänni
im Interview**



FÜR SCHOGGITIGER



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Hiestand 

OFENFRISCHE – UNSER HANDWERK

«hey» zäme

Spätestens, wenn es draussen häufig neblig ist, merkt man: Bald kommt der Winter! Zwar ist es jetzt draussen manchmal etwas ungemütlich – dafür ist es zuhause umso schöner. Es bleibt viel Zeit, zu lesen, backen oder basteln. Deshalb haben wir in dieses «hey» ganz viel Spannendes rund um die Winter- und Weihnachtszeit gepackt: Erfahre zum Beispiel, was Nebel eigentlich ist, lies Interessantes über den Grittibänz, lache über eure besten Witze, backe «Guetzli frites» oder bastle deine eigenen

Weihnachtskarten. Alles dazu findest du auf den nächsten Seiten.

Ich wünsche dir viel Spass dabei und eine schöne Weihnachtszeit. Bis zum nächsten «hey» im neuen Jahr,

Eure

Christina

Christina Sedens
«hey»-Verantwortliche
Volg



32

**Weihnachtskarte
ganz einfach basteln**



26

**Wie entsteht
Nebel?**

24

**Spannendes über
den Grittibänz**



**forschen, fragen,
wissen**



**spielen, machen,
basteln**



**lachen, raten,
tüfteln**

MOMO & KASIMIR



1



2



3

Willst du auch einen Schluck heißen Tee?

Au ja!



4



So eine Thermoskanne ist eine tolle Sache. Im Sommer hält sie alles kühl, im Winter warm.



Wirklich?
Aber woher...

5



6

... weiss die Thermoskanne denn, welche Jahreszeit gerade ist?

ENDE

DER HUND

ein Freund fürs Leben

Hunde gehören bereits seit über 20 000 Jahren zum Leben der Menschen. Somit ist der Hund eines der ältesten Haustiere überhaupt. Ursprünglich stammt er vom Wolf ab. Doch wer kam auf wen zu? Der Wolf auf den Menschen oder der Mensch auf den Wolf? Das ist bis heute noch nicht geklärt.

Als besonders zutraulich und lieb gelten Golden Retriever, Cavalier King Charles Spaniel, Dalmatiner, Beagle und Border Collies. Sie eignen sich wunderbar als Familienhunde.




Wölfe und Hunde sehen sich sehr ähnlich. Sie haben denn auch die gleichen Vorfahren. Wölfe begannen irgendwann die Nähe zu den Menschen zu suchen. Im Laufe der Anpassungen an die Menschen und sein Umfeld entwickelten sich Hunde, denen der Mensch nützliche Dinge beibrachte wie das Hüten von Schafen. Heute gibt es zirka 350 Hunderassen. Einige sehen dem Wolf noch sehr ähnlich.



Jede Hunderasse hat ihre Anforderungen an den Besitzer. Es gibt ruhige Hunderassen und solche, die besonders viel Auslauf brauchen, und andere wiederum beanspruchen eine aufwendige Fellpflege. Bevor ihr euch also einen Hund zutut, müsst ihr wissen, welche Bedürfnisse der Hund hat und welcher Hund zu euch passt. Schliesslich werden Hunde meistens zwischen 10 und 17 Jahre alt – nicht umsonst heisst es: «Der Hund, ein Freund fürs Leben».





Dalmatiner sind sehr familienfreundliche und sportliche Hunde. Sie gelten als die idealen Begleiter.

Hunde als Mitarbeiter

Der Hund ist aber nicht nur als Haustier unschlagbar. Seinen sehr guten Geruchs- und Spürsinn kann man zum Beispiel hervorragend bei der Rettung von verschütteten Menschen einsetzen, zum Beispiel bei Lawinen oder Erdbeben. Andere Hunde helfen Menschen, etwa Blinden, den Alltag zu meistern. Auch für die Polizei sind die Spürnasen unverzichtbar. Sie können Spuren verfolgen oder gesuchte Dinge erschnüffeln.



Wie macht man eigentlich Käse?

Um aus der frischen Schweizer Milch Käse zu machen, braucht es viel Fachwissen und Genauigkeit, vor allem aber auch ein gutes Gespür und Fingerspitzengefühl.



Hast du schon einmal gesehen, wie ein Appenzeller®, Emmentaler AOP oder ein Le Gruyère AOP entsteht? Und kennst du die Geheimnisse der einzelnen Käsesorten?

Bei einem Besuch in einer der grossen Schweizer Schaukäsereien erfährst du all das und noch viel mehr. Wenn deine Eltern den Schweizer Käse Pass haben, profitieren Sie mit dir von tollen Angeboten und Vergünstigungen in fünf Schweizer Schaukäsereien. Der Pass ist vor Ort erhältlich oder online bestellbar unter: myswitzerland.com/KaesePass



Schweiz. Natürlich.

Unser Schweizer Käse. 

www.schweizerkaese.ch

EURE SEITE

Auch dieses Mal haben wir wieder wundervolle Post von euch erhalten. Wir haben uns sehr darüber gefreut und zeigen euch hier einige eurer Werke.



Lieber Volgi, liebe Volgine
Ich schenke euch einen Blumenstrauss!
Nicole aus Rümplingen



Madlaina (8) aus Berneck



Sara (7) aus Sörenberg

Lieber Volgi, liebe Volgine

Ich finde die Heftchen sind cool,
auch die Geschichten sind toll 😊
Ich liebe die Artikel über Tiere.

Sophie aus Uerikon

Ich freu mich uf en gaaanz
en schönä Herbscht ...
Von Lea aus Amden

Hey Grizzly,
raus aus
meinem Nest!
Von Loris aus
Altnau

Oh, dieser Mensch hat
ein komisches Fell.
Von Maxim aus Rafz

Wo ist die
Nuss hingerrannt?
Von Leonie aus
Wängli

VOLG



Timea (11) aus Hausen

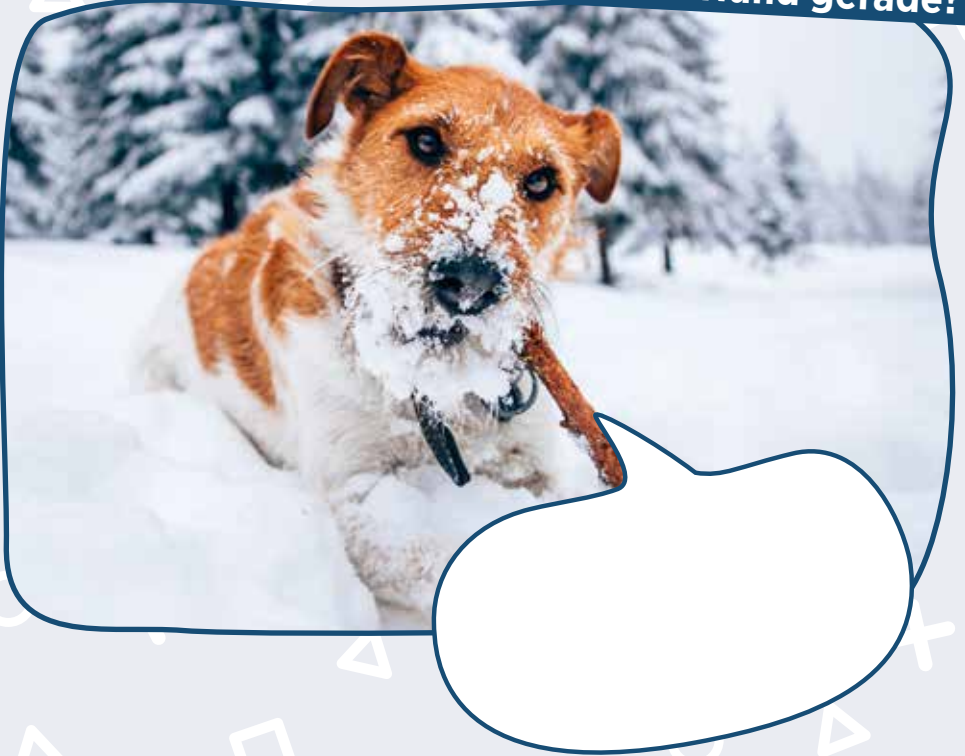
MACH MIT!

Diese Seite ist nur für euch reserviert.
Wir freuen uns riesig über
Zeichnungen, Fotos, Briefe und
E-Mails. Schreib an hey@volg.ch oder

«hey»
KünzlerBachmann Verlag AG
Postfach 345, 9015 St. Gallen

SCHREIB UNS

Was sagt wohl
dieser Hund gerade?



MACH MIT!

Sende uns deinen Spruch mit deinem Namen, deiner Adresse und deinem Alter an hey@volg.ch oder

«hey»
KünzlerBachmann Verlag AG
Postfach 345, 9015 St. Gallen

Für jeden abgedruckten Spruch gibt es eine kleine Überraschung.

Die lässigen Sprüche von
euch freuen uns immer sehr!
Es hat immer so
viele gute dabei!



Die Gewinner werden persönlich benachrichtigt. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt; der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Die Gewinne werden nicht in bar ausbezahlt.

Verwendung der Personendaten Ihre persönlichen Daten werden von uns mit der grösstmöglichen Sorgfalt behandelt.

Vitakraft®



Für meine besten Freunde

nur die besten Leckerlis

Vitakraft. Aus Liebe.

www.vitakraft.ch



*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

«DAS NEUE ALBUM FREUT MICH RIESIG»

Der Sänger Luca Hänni hat eine erfolgreiche Zeit hinter sich. Er tanzte bei der TV-Show «Let's Dance» mit und holte letztes Jahr beim Eurovision Song Contest für die Schweiz einen Spitzenplatz mit dem Hit «She got me». Im «hey»-Interview spricht er über seine Erfolge und sein neues Album.

Dein Abenteuer bei «Let's Dance» ist vorbei. Wie erging es dir seither? Welche Erinnerungen daran nimmst du mit?

Die Show war eine riesige Herausforderung, hat mir wahnsinnig viel Spass gemacht und das Tanzen ist eine grosse Leidenschaft von mir geworden. Die familiäre Zusammenarbeit in dieser Show habe ich sehr geschätzt.

Anfangs Oktober ist dein neues Album «110 Karat» erschienen. Worauf dürfen sich deine Fans freuen?

Es ist mein bisher persönlichstes Album geworden. Ich habe sehr lange daran gearbeitet und meine vielen positiven, aber auch schwierigen Erfahrungen eingebunden. Zu hören gibt es deutsche Songs und zusätzlich exklusiv vier englische Singles – mit dabei natürlich mein Hit «She got me».

Wie lief die Arbeit für dein Album?

Eigentlich hätte das Album ja schon früher veröffentlicht werden sollen, aber das Coronavirus hat alles etwas verzögert. Der Ablauf war definitiv nicht wie üblich, zumal auch die ganzen Live-Konzerte ausfallen. Ich wollte meine Fans jedoch nicht noch länger warten lassen. Das Album wurde nun vor einigen Wochen veröffentlicht und ich freue mich riesig!

Welche Ereignisse stehen bei dir in nächster Zeit an?

Leider mussten auch wir unsere Tour auf nächsten Herbst verschieben ... Ich habe lange gehofft, aber schlussendlich muss ich die Situation akzeptieren. Ich habe zum Glück noch ein paar ganz tolle Fernseh-Projekte jetzt im Herbst und Winter, auf die ich mich sehr freue.

Wie gehst du mit der aktuellen, nicht alltäglichen Situation um?



LUCA HÄNNI

110 Karat

Ich denke, dass Musik vor allem in solchen besonderen Situationen bereichernd sein kann. Ich hoffe sehr, dass ich meine Fans mit den neuen Songs begeistern und auf meine persönliche Reise mitnehmen kann!

Luca Hänni, vielen Dank für das Gespräch.

Name: Luca Hänni
Wohnort: Bern
Geburtsdatum: 8. Oktober 1994
Grösster Erfolg: Gewinner «Deutschland sucht den Superstar»
Hobbies: Spass mit Freunden, Filmabende, Ferien, Musik
Ziele: Ich möchte viel Erfolg mit der Musik haben und die Menschen mit meiner Stimme und Persönlichkeit beeindrucken

STELL UM AUF NATÜRLICHE ENERGIE.

Finde die 5 versteckten Wörter

P	W	X	U	U	O	L	S	R	I	S	U	Q	W
E	B	Z	S	X	X	D	C	P	J	G	T	D	I
H	U	K	O	B	S	E	E	N	E	R	G	I	E
W	W	X	N	A	T	U	R	R	E	I	N	Q	S
B	X	T	P	J	J	O	F	N	N	X	Z	M	Q
Y	B	L	R	C	M	N	I	X	D	Q	M	B	T
P	M	M	U	L	T	I	V	I	T	A	M	I	N
D	H	V	K	B	Y	N	K	Y	G	U	J	F	
N	I	B	A	U	T	G	O	S	U	N	K	W	Z
Q	N	D	C	C	W	K	P	K	M	Q	J	C	M
X	T	T	O	R	A	N	G	E	N	S	A	F	T
A	V	N	Y	C	R	A	M	S	E	I	E	R	C
E	T	Z	V	H	R	P	C	X	Q	C	W	M	G
O	Y	Y	E	R	D	J	N	L	F	Y	T	J	K



Die Kraft der Natur

Schon gewusst?

SPINNEN

Spinnen sind bekannt für ihre Netze. Um ein Netz zu bauen, benötigt eine Spinne Stunden. Dabei spinnt sie jedes Netz perfekt, egal wo es entsteht. Das ist möglich, da sie den «Bauplan» der Netze seit der Geburt im Kopf hat.

Spinne oder Insekt?

Spinnen haben acht Beine und zwei Körperglieder, während Insekten sechs Beine und drei Körperglieder aufweisen. Auch was die Augen betrifft, sind Spinnen und Insekten unterschiedlich. Spinnen haben bis zu acht einfache Punktaugen. Die Insekten haben zwei sogenannte Facettenaugen.



Spinnen bauen ihr Netz, um damit ihre Beute zu fangen. Es dauert eine Weile, bis das Netz fertig ist, doch die Mühe lohnt sich. Denn die Spinnennetze sind so stabil, dass ihnen Wassertropfen und dagegen fliegende Insekten nichts anhaben können. Bevor die Spinne ein neues Netz baut, frisst sie das alte auf. So betreiben Spinnen Recycling. Das am meisten verbreitete Netz bei uns ist das Radnetz. Neben der Kreuzspinne verwenden auch andere Spinnenarten diese Bauweise.

RÄTSELECKE

Hast du das «hey» genau gelesen?
Dann beantworte die Fragen
und löse das Quiz.

Welche Tiere haben drei Körperglieder?

Wie viele Beine hat eine Spinne?

Welches Tier gehört seit über 20000 Jahren zum Leben der Menschen?

Was kommt mit der Kälte?

«Bänz» ist eine Kurzform von...?

Was ist eine grosse Leidenschaft von Luca Hänni?

Gefahr besteht durch die schlechte...?

In welchem Monat ist der Chlaustag?

Welche Hunderasse ist sehr familienfreundlich und sportlich?



Schau genau hin.
Findest du die 10 Unterschiede
im unteren Bild?





hey



Starke Milch von starken Kühen

Damit für Dich im Volg genügend leckere Schwyzer Milch bereitsteht, benötigt es viele Kühe. Zähle die Kühe – wie viele siehst du? Trage die Anzahl in das vorgegebene Feld ein.

Lösung:



Die Lösung sowie weitere spannende Informationen zum Schwyzer Milchhuus findest du unter: www.milchhuus.ch

**SCHWYZER
MILCHHUUS**

WETTBEWERB

Von A wie Anischräbeli bis
Z wie Züri-Tirggel: Es gibt
viele typische Schweizer
Weihnachtsguetzli.
Wie viele Berner Lebkuchen
findest du im Bild?



**MACH MIT UND
GEWINNE!**

Schicke die Lösungsanzahl bis zum
15. Dezember 2020 mit dem Stichwort
«Wettbewerb» per Mail an hey@volg.ch
oder an die **Leserpostadresse** auf Seite 37.
Wir verlosen 50x eine Backbox gefüllt
mit dem neuen Dr. Oetker Backbuch
«Süsse Schweiz» und vielen Backzutaten
im Wert von CHF 40.-. **WICHTIG:** Vergiss
bitte nicht, deine Adresse (Strasse,
Hausnummer, Wohnort) anzugeben.



... und viele weitere
Backzutaten!



50 x eine Backbox gefüllt mit
dem neuen Backbuch «Süsse
Schweiz» und vielen Back-
zutaten im Wert von CHF 40.-.



IM KÜHLREGAL

So geht ITALIENISCHER »» PIZZAGENUSS ««



FÜR BESSERES.

Dünner
EXTRA KNUSPRIGER
BODEN



* in kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich.

Rezept GUETZLI FRITES

Das brauchst du
für ca. 30 Stück:

- 400 g Leisi Mailänderliteig
- wenig Zucker
- 4 EL Volg Erdbeerkonfitüre



- 1 Heize den Backofen auf 200 Grad Umluft vor.
- 2 Knete den Teig zu einer Kugel und schneide sie in 2–3 cm dicke Scheiben. Walle jede Scheibe etwas dünner aus (ca. 8 mm dick) und schneide sie in 10 cm lange Stäbe wie Pommes frites.
- 3 Backe sie 6–8 Min. in der Ofenmitte, bis sie leicht braun sind. Vorsicht: Dünne «Pommes» sind sehr schnell gebacken. Beobachte sie daher gut.
- 4 Nimm die Guetzli heraus, bestreue sie noch heiss mit wenig Zucker, so dass sie wie «gesalzen» aussehen und lasse sie auskühlen.
- 5 Fülle die Konfi in ein Schälchen und serviere sie als «Ketchup» dazu.

**Pommes frites.
Oder etwa nicht?**

Etwas «Mayo» dazu?
Schmelze in einer
Pfanne auf niedriger
Stufe 2 Reihen weisse
Schoggi und
1 EL Halbrahm.




Mmmh...

DER «GRITTIBÄNZ»

das Schweizer
Brotmännchen

Grittibänz, Grättimaa, Elggermaa oder Bonhomme de Saint Nicolas – der klassische Grittibänz hat viele Namen. So unterschiedlich die Bezeichnungen sind, so eng sind sie überall mit dem Chlausestag am 6. Dezember verbunden. Die Brotmännchen läuten die Vorweihnachtszeit ein.

Zur Samichlaus- und Vorweihnachtszeit ist er aus den Läden nicht mehr wegzudenken: der Grittibänz. Wie Mandarinli und Erdnüssli gehört er traditionell in den Samichlaussack. Lies mehr über das feine Hefegebäck.



Der Name «Grättibänz» tauchte vor rund 150 Jahren das erste Mal auf. «Bänz» steht dabei für «Mann». Es ist eine Kurzform für «Benedikt», ein damals sehr häufiger Männername. Und weil er so oft vorkam, wurde er gleichzeitig zum allgemeinen Begriff für «Mann». «Grätti» steht für «Grätsche». Somit ist ein Grättibänz wortwörtlich ein Männchen mit gespreizten Beinen.

Grättibänz-Rezept

Feine Grättibänze gibt's im Volg. Du möchtest selbst einen backen? Dazu brauchst du für 2 Stück:

- 500 g Mehl
- 1.5 TL Salz
- 1 EL Zucker
- 1/2 Würfel Hefe
- 3 dl Milch
- 60 g weiche Butter sowie Rosinen, Haselnüsse oder Mandeln und 1 Eigelb zum Bestreichen.

So geht's: Vermische Mehl, Salz und Zucker. Löse Hefe mit Milch auf und gib sie mit der Butter zur Mehlmischung. Lass den Teig mit einem Küchentuch zugedeckt bei Raumtemperatur stehen, bis er doppelt so gross ist (das kann etwa 1,5 bis 2 Stunden dauern). Halbiere den Teig. Forme aus jedem Stück ein Oval. Forme daraus wiederum je einen Kopf, schneide mit einer Schere Beine und Arme ein. Drücke mit Nüssen, Rosinen oder Mandeln Augen oder eine Nase ein. Bestreiche ihn mit Eigelb und backe ihn in der Ofenmitte bei 200 °C ca. 20 Minuten.

Wissen

WIE ENTSTEHET NEBEL?

**Mit der Kälte kommt der
Nebel und legt sich wie ein
grauer Schleier über
die Landschaft. Zeit, um für
Durchblick zu sorgen.**

Warum löst sich der Nebel nicht immer auf?

Je kälter es im Herbst wird, desto weniger löst sich der Nebel tagsüber auf. Im September hat es beispielsweise häufig nur am Morgen Nebel. Im November jedoch den ganzen Tag. Das liegt daran, dass die Sonne, die für wärmere Temperaturen sorgt, immer weniger lang scheint. Zudem steht die Sonne nicht mehr so hoch am Himmel. Je tiefer die Sonne am Himmel ist, desto schräger fallen die Strahlen auf die Erde – und weniger Sonnenstrahlen erreichen uns und somit ist es auch kälter.





Künstlicher Nebel

Mit einer Nebelmaschine kann künstlicher Nebel erzeugt werden. Dabei wird Wasser verdampft. Eine Nebelmaschine hast du vielleicht schon einmal an einem Konzert oder im Theater gesehen. So wird eine geheimnisvolle Stimmung erzeugt.

Gefahr für den Menschen besteht nicht durch Nebel, sondern vielmehr durch die schlechte Sicht. Dann ist auf der Strasse oder in den Bergen besondere Vorsicht geboten. Auch Piloten müssen beim Landen besser aufpassen.



Vor allem im Herbst ist es oftmals neblig. Weil es am Tag noch recht warm ist, in der Nacht jedoch schon recht kalt, verdunstet die Sonne tagsüber das Wasser. Dieses befindet sich dann als Wasserdampf in der Luft. Weil sich die Luft in der Nacht jedoch wieder abkühlt, wird das Wasser wieder flüssig. So bilden sich ganz kleine Wassertropfen, die wir als Nebel wahrnehmen. Wird es tagsüber wieder wärmer, erwärmt sich die Luft – und die Wassertröpfchen verschwinden wieder. Dabei hat die Landschaft einen grossen Einfluss. Befinden sich zum Beispiel in der Nähe Gewässer, wie auf dem grossen Bild über dem Crestasee bei Flims im Bündnerland, steigt die Wahrscheinlichkeit von Nebel. Bei einem See kann besonders viel Wasser verdunsten, deshalb gibt es an Gewässern häufig Nebel.



Nebel machen

Kleine Mengen Nebel kannst du, wenn es kalt ist, selber machen. Wenn du deine warme und feuchte Atemluft ausatmest, bildet sich direkt vor deinem Mund eine Nebelwolke. Diese hält sich jedoch nicht lange, weil die winzigen Wassertröpfchen schnell verdunsten.

EXPERIMENT

Schoggi mit Aroma

Bald ist Weihnachten und da gibt es sicher den einen oder anderen Schoggisamichlaus. Mit einer Orange zauberst Du etwas ganz Besonderes daraus. Lege ein paar Stücke Orangenschale in leeres Konfiglas oder einen anderen verschliessbaren Behälter. Stelle in einem separaten Gefäss (z. B. einem kleinen Becher) etwas Schoggi dazu. Verschliesse das



Konfiglas für mind. 1 Stunde. Teste nun diese Schoggi aus dem Konfiglas und vergleiche sie mit der normalen Schoggi. Obwohl die Schoggi und die Orangenschale sich nicht berührt haben, schmeckt die Schoggi aus dem Behälter nach Orange.

Energizer[®]

MAX[®]



**Einfach
länger
spielen!**



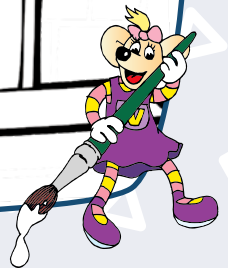
Bis zu

50% LÄNGERE LEISTUNG*

GARANTIERT OHNE AUSLAUFEN**

* In Digitalkameras im Vergleich zu Standard Alkali-Batterien; nur AA ** Auslaufschutz in Ihrem Gerät für bis zu 2 Jahre nach vollständiger Entleerung

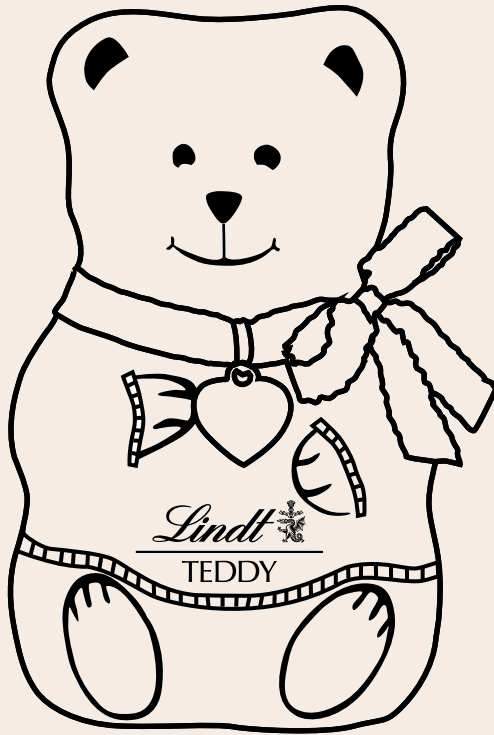
AUSMALBILD





Lindt TEDDY

**Gestalte deinen persönlichen
Lindt TEDDY mit Pullover und gewinne!**



**Schicke den ausgemalten Teddy mit deinem Namen und Adresse per Postkarte / Brief an:
Chocoladenfabriken Lindt & Sprüngli (Schweiz) AG Marketing / Weihnachtswettbewerb
Seestrasse 204 / 8802 Kilchberg**

**Gewinne 3x ein
Teddy-Paket inkl.
Teddy-Spielkarten**

Teilnahmebedingungen: Teilnahmeberechtigt sind alle in der Schweiz wohnhaften Personen ab 6 Jahren. Minderjährige können nur mit Zustimmung Ihrer Eltern / Erziehungsberechtigten teilnehmen und einen Preis empfangen. Ausgenommen sind Mitarbeiter der Lindt & Sprüngli Gruppe und deren Angehörige. Einsendeschluss ist per **16.12.2020**. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Über die Verlosung wird keine Korrespondenz geführt. Die Gewinne können nicht bar ausbezahlt werden. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Kein Kaufzwang.

Basteltipp

WEIHNACHTSKARTE

basteln



**Bastle deine eigene
Weihnachtskarte. Wetten,
die Empfänger freuen
sich ganz besonders
darüber? Wir zeigen dir,
wie es geht.**



Das brauchst du:

- Weisses A4-Papier
- Farbiges Papier
- Bastelleim, Schere,
Bleistift und Lineal
- Pailletten
- Filzstift



- 1 Falte das weiße Papier einmal in der Mitte auf der langen Seite und einmal in der Mitte auf der kurzen Seite. Schneide dann das Papier in der Mitte auf der langen Seite durch. (Siehe die schwarze gestrichelte Linie). So bekommst du zwei Karten aus einem Stück Papier.
- 2 Jetzt hast du zwei Karten, die in der Mitte gefaltet sind.
- 3 Ziehe mit dem Lineal eine etwa 1 cm dicke Linie auf das farbige Papier und schneide sie aus.
- 4 Die 1 cm breiten Streifen kannst du jetzt in verschiedene Längen kürzen. Zeichne 2 Sterne auf gelbes Papier und schneide sie ebenfalls aus.
- 5 Klebe nun die verschiedenen langen Streifen auf deine Karte. Beginne zuerst mit dem Baumstamm in der Mitte und lege die Streifen darüber. Unten die längsten Streifen und nach oben die kürzeren. Zum Schluss klebe den Stern auf die Baumspitze.
- 6 Leime die Pailletten wie Weihnachtsbaumkugeln auf, wie sie dir gefallen. Wenn du magst, kannst du die Karte noch beschriften.

Fertig ist deine selbstgebastelte Weihnachtskarte, die du verschicken kannst. Ganz viel Spass beim Nachbasteln!

Volgi & Volgine wissen, Früchte und Gemüse sind gesund und fein! Auch für dich!

Erdnüssli – bringen dich cool in Fahrt.

Erdnüssli können super in Schuss bringen. Sie gelten als coole Fitmacher und liefern über lange Zeit Energie. Übrigens: Spanische Nüssli kommen ursprünglich nicht aus Spanien, sondern aus Südamerika!



Volg

frisch und fründlich

Ausprobieren

SCHLITTELN OHNE BOB? KEIN PROBLEM!

Das brauchst du :

- 1 Plastik- oder Abfallsack

Eine Schlittenfahrt macht allen Spass. Dafür benötigst du nicht unbedingt einen Schlitten.



Vielleicht kennt ihr das: Der Wetterbericht hatte eigentlich keinen Schnee vorausgesagt und es schneit trotzdem. Oder ihr seid auf einem Spaziergang durch die Winterlandschaft, und vor euch lädt ein kleiner Hang geradezu ein, eine rasante Abfahrt hinzulegen. Oder ihr seid bei einem Freund zu Besuch, der nicht mehrere Schlitten besitzt. Kurzum: Das Wetter wäre perfekt für eine Schlittenfahrt, das Wichtigste, der Bob, fehlt jedoch. Was nun? Sicher habt ihr Plastiksäcke zu Hause.

Wusstest du, dass du damit prima den Hang hinabsausen kannst? Falls der Sack zu klein ist, kannst du ihn auch an den Seitenlinien mit einer Schere auftrennen, damit die Sitzfläche gross genug ist. Setze dich auf den Plastiksack, packe die vorderen Ecken, Füsse hoch und los geht's. Doch, aufgepasst: Auf einem Plastiksack kannst du sehr schnell werden. Fahre vorsichtig! Du kannst übrigens auch einen Abfallsack zum Schlitteln verwenden.

WITZE

**Heute schon gelacht?
Eure besten Witze!**



Wenn ein Bauer mit einer
Bäuerin verheiratet ist.
Was gibt es dann? Bürli.
Von Vreny aus Sitterdorf



Eine Schulklasse hat gerade
Englisch. Der Lehrer fragt:
«Was heisst Glocke auf Englisch?»
Fritz sagt: «Ähh... ich weiss es nicht.»
Da sagt der Lehrer: «Bell»
Fritz wird rot, senkt den Kopf und
macht: «Wuff, wuff, wuff»
Von Yolanda und Dania aus Zürich

Wozu braucht die Polizei eine
Schere? Um dem Einbrecher
den Weg abzuschneiden.
Von Nicole aus Rümelingen

MACH MIT!

Hast du irgendwo einen lustigen Witz
gehört oder gelesen? Oder hast du
sogar selber einen erfunden? Dann
schick ihn uns, damit wir alle darüber
lachen können an **hey@volg.ch** oder

«hey»
KünzlerBachmann Verlag AG,
Postfach 345, 9015 St. Gallen

Was macht Jan wenn der
Computer brennt?
Er drückt die Lösch taste.
Von Stefanie aus Leissigen



Ein Spürhund steht aufgeregt vor seinem Polizisten, dann hält ihm der Polizist einen verlorenen Socken zum Schnuppern hin. Der Hund rennt sofort zum Supermarkt und kommt mit einer Packung Stinkkäse heraus.

Von Moritz aus Lenzburg

... und das ist kein Witz!

Geburtstagskinder erhalten im Volg eine Überraschung! Komm an deinem Geburtstag oder bis zu einer Woche später in deinen Volg. Zeig einem Mitarbeitenden ein Foto oder eine Zeichnung von deinem Geburifest, die Einladungskarte, die du an deine Freunde geschickt hast, oder etwas anderes von deinem grossen Tag – und such dir ein Geschenk aus.



Impressum

Herausgeber

Volg Konsumwaren AG
Postfach 344, 8401 Winterthur

Gesamtverantwortung

Tamara Scheibli
Volg Kommunikation/Werbung

Publizistische Gesamtleitung

Christina Sedens
Volg Kommunikation/Werbung

Konzept, Redaktion, Gestaltung

KünzlerBachmann Verlag AG
Postfach 345, 9015 St. Gallen

Comic

Maya Müller

Erscheinungsweise

6 mal pro Jahr

Auflage

100 000 Exemplare

Druck

Swissprinters AG, Zofingen

Kontakt

Telefon 058 433 55 06
hey@volg.ch
www.volg.ch/hey

Leserpost an:

«hey» 
KünzlerBachmann Verlag AG
Postfach 345, 9015 St. Gallen
hey@volg.ch

Auflösungen

Lösungswort Seite 16

SCHLITTEN

Lösung Seite 17



Rezepttipp!



«Einfach kreativ gekocht!»

Deckel der Peperoni abschneiden, gewünschtes Gesicht schnitzen, mit Reismasse füllen und backen.

Zum Rezept:



*In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.



ProCert



AGRI NATURA